

Правила техники безопасности при оказании помощи пожилым людям

Перед началом осуществления волонтерской деятельности гражданин, изъявивший желание стать волонтером, должен пройти инструктаж по соблюдению техники безопасности при оказании помощи пожилым людям, находящимся на карантине по подозрению на заболевание новой коронавирусной инфекцией COVID-19 (далее – Инструктаж).

Инструктаж состоит из перечня мер по профилактике и снижению рисков распространения новой коронавирусной инфекции COVID-19, а также правил заполнения ежедневной учетной документации по их реализации (чек-листы).

Каждый волонтер должен под роспись пройти Инструктаж. Руководитель регионального волонтерского штаба (его заместитель) ежедневно осуществляет Инструктаж, выдает чек-листы и средства индивидуальной защиты (медицинские маски, одноразовые перчатки, дезинфицирующие средства для рук в индивидуальной упаковке, при необходимости – защитные костюмы).

Меры по профилактике и снижению рисков распространения новой коронавирусной инфекции COVID-19

На протяжении всего периода осуществления волонтерской деятельности волонтер обязан выполнять меры по профилактике и снижению рисков распространения новой коронавирусной инфекции COVID-19.

1. Перед началом осуществления волонтерской деятельности ежедневно получать в региональном волонтерском штабе:

а) средства индивидуальной защиты, исходя из дневной потребности (смена медицинской маски каждые 2 часа, смена средств индивидуальной защиты после оказания помощи каждому пожилому человеку, находящемуся

на карантине по подозрению на заболевание новой коронавирусной инфекцией COVID-19);

б) чек-листы.

2. В конце волонтёрского дня необходимо передать в региональный волонтерский штаб заполненные чек-листы. Чек-лист № 3 сдается в региональный волонтерский штаб в начале следующего волонтерского дня.

3. В случае, если во время осуществления волонтерской деятельности отмечается ухудшение состояние кого-то из окружающих людей (например, других волонтеров) или самого пожилого человека (например, появление одышки и других симптомов острой респираторной вирусной инфекции), то данную информацию необходимо незамедлительно передать в региональный волонтерский штаб, а самому потенциальному пациенту посоветовать обратиться в медицинскую организацию. О всех таких случаях незамедлительно сообщать в региональный волонтерский штаб.

4. Неукоснительно соблюдать следующие меры личной профилактики:

1. Мыть руки с мылом как можно чаще (в случае отсутствия такой возможности – обрабатывать их спиртсодержащим антисептиком). Обязательно обрабатывать руки после каждого контакта с деньгами и после каждого посещения пожилых людей;
2. Не прикасаться руками к слизистым поверхностям и коже лица;
3. Защищать органы дыхания с помощью медицинской маски, соблюдая правила ее ношения (см. памятку);
4. Избегать прямого контакта с людьми (объятия, рукопожатия, поцелуй и т.д.), держать расстояние личного пространства не менее 2 м.
5. Не заходить в квартиру пожилого человека, которому Вы принесли продукты, лекарства и т.д.;
6. Не принимать у пожилых людей благодарность в виде любых предметов (конфеты, печенья и проч.);
7. Минимизировать прикосновения к различным поверхностям в общественных местах (включая транспорт и магазины). При

открывании дверей, нажатии кнопок лифта или кнопки звонка использовать локоть или салфетку;

8. Обрабатывать телефон спиртсодержащими салфетками/антисептиками не реже 1 раза в час;
5. Остаться дома, вызвать врача на дом в случае, если отмечаете наличие у себя хотя бы одного из следующих симптомов:
 - повышение температуры тела;
 - озноб, боли в мышцах;
 - головная боль;
 - заложенность носа;
 - появление кашля (особенно сухого);
 - затрудненное дыхание.
6. Сообщить о факте своего заболевания в региональный волонтерский штаб.
7. Соблюдать здоровый режим, включая полноценный сон. Потреблять пищевые продукты богатые белками, витаминами и минеральными веществами. Поддерживать должный уровень физической активности.
8. В целях личной профилактики при контакте с таким человеком на расстоянии ближе 2 м и (или) попадании следов биологических сред на открытые участки кожи или слизистые необходимо вымыть руки с мылом и обработать их, а также слизистые 70% спиртовым раствором (для глаз можно использовать 2% раствор борной кислоты).

Помните, одиночные меры не обеспечивают полной защиты от заболевания! Необходимо единовременно соблюдать все профилактические меры.